



## 1 VS. 1 BIS 2 VS. 2 - STATIONSBETRIEB



### Organisation:



*Feldgröße* **20 x 20 Meter**



*Material* **8 Hütchen, 2 Minitore, Bälle**



*Anzahl Spieler* **10 (variabel)**



*Dauer* **20 Minuten**



*Altersgrupp(en)*

**U7 und U8  
U9 und U10  
U11 und U12**



*Basistechnik(en)*

**Ballführung, Dribbling mit  
Tricks und Finten  
Torschuss  
Zuspiel  
Ballannahme und -mitnahme**



*Trainingsform*

**Spielform**

### Ablauf:

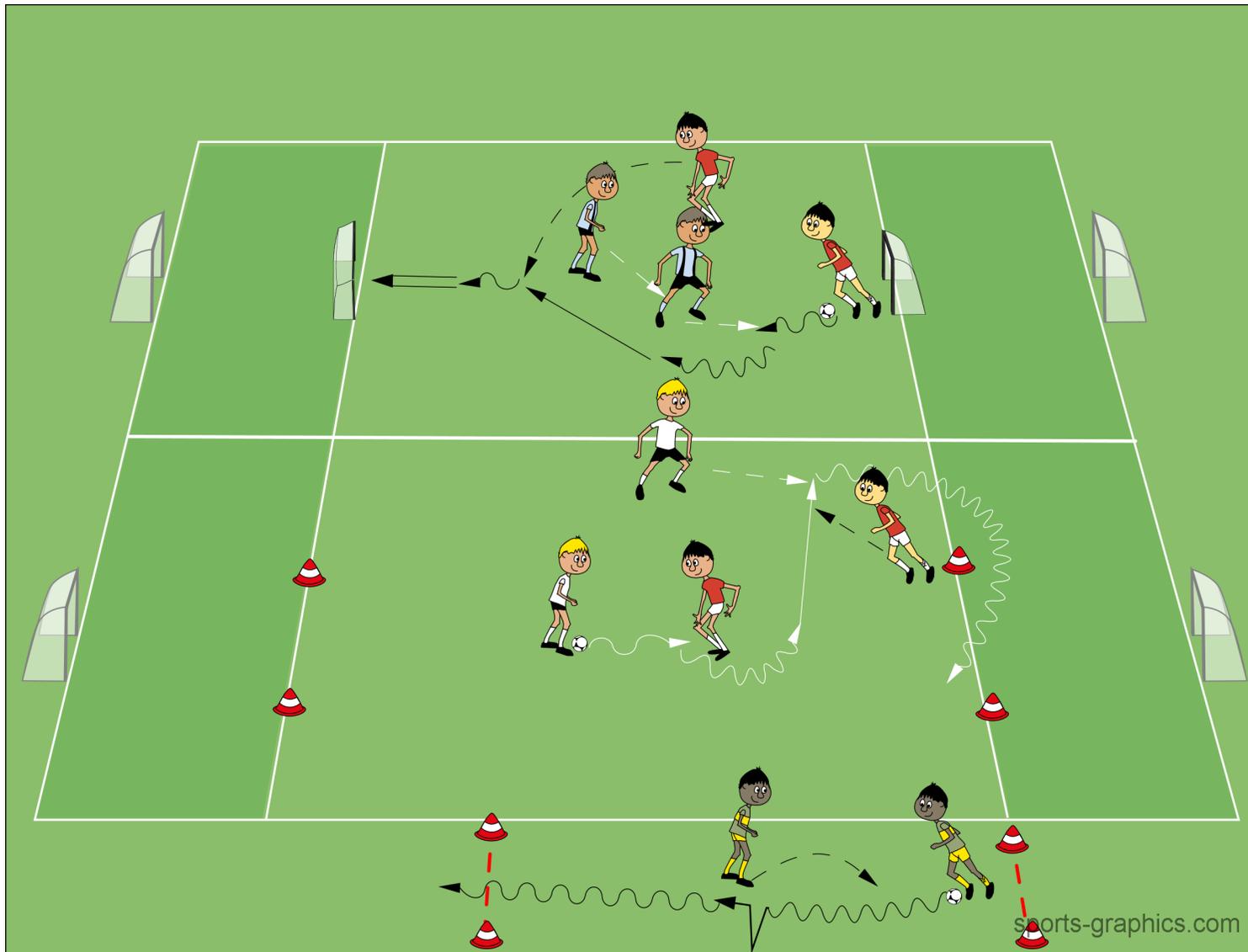
1 vs. 1 auf die Dribbeltore (3 Meter breit). 2 vs. 2 auf die Dribbeltore oder Minitore  
Stationen werden regelmäßig gewechselt (immer in 2er Teams von Feld zu Feld wechseln)

### Varianten:

- Treffer nach einem 1 vs. 1 zählen doppelt
- Es sind nur Querpässe und Rückpässe erlaubt (2 vs. 2)
- Treffer nach einer Finte zählen doppelt
- Tore zählen nur durch das Durchdribbeln von der anderen Seite
- 2 vs. 1

### Coachingtipps:

- Einbau von Finten
- Rhythmuswechsel einfordern
- Mit Tempo
- Freilaufen und anbieten
- Ball sauber annehmen und mitnehmen
- Schnellen Abschluss suchen



## 1 VS. 1 BIS 2 VS. 2 - STATIONSBETRIEB